

# Feldsalat mit Champignons, Porree und Mango

418

**Typ:** Salat

**Quelle:** Brigitte

\*\*\*\*

**Bemerkungen:** 3 Jan 08: Porree in Butter angedünstet statt in Wasser. Sehr gut

**Zutaten:** 150 g Feldsalat  
100 g Champignons  
1 große Porreeestange  
Salz  
1 frische Mango

Salatsoße:  
evtl. 2 EL Orangensaft  
4 EL weißer Balsam-Essig  
6 EL Olivenöl  
1 Schalotte  
1 kleine Knoblauchzehe  
frisch gemahlener Pfeffer  
20 g Pinienkerne

**Rezept:** Feldsalat putzen, gründlich waschen, auf einem Sieb abtropfen lassen und trocken schütteln. Die Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Porree putzen, dabei das dunkle Grün wegschneiden. Porree in Ringe schneiden, in kochendes Salzwasser geben und einmal aufkochen lassen. Auf ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Mango schälen und das Fruchtfleisch links und rechts am Stein entlang abschneiden. Das Fruchtfleisch würfeln, dabei den Saft auffangen. Für die Salatsoße: Aufgefangenen Mango- oder Orangensaft, Essig, Öl, fein gewürfelte Schalotte und zerdrückten Knoblauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Die Salatzutaten vermengen, die Soße darüber träufeln und mit den Pinienkernen bestreuen .